



特 許 願

昭和49年9月17日

特許庁長官 殿

1. 発明の名称 **脚部鍛練方法及その装置**

2. 発明者 **特許出願人と同じ**

住所 **東京都新橋区本町二丁目**

氏名 **佐々木 清**

3. 特許出願人 **佐々木 清**

住所 **東京都新橋区本町二丁目**

氏名 **佐々木 清**

4. 添附書類目録

(1) 明細書 1 通

(2) 図面 1 通

(3) 領官副本 1 通

(4) 出願書金請求書 1 通

49-168606 方式 (E)

明細書の序言(内容に変更なし)

明 細 書

1. 発明の名称 脚部鍛練方法及その装置

2. 特許請求の範囲

(1) 方法 人間の二脚間を適度なる弾力を与える、ゴム、バネ等の弾性部材にて連結し、その弾性体に抗応し脚部を屈伸又は開脚する事により脚部を鍛える事を特徴とする脚部鍛練方法

(2) 装置 弾性部材の両辺に脚部に装着する装置を設けた脚部鍛練装置

3. 発明の詳細な説明

この発明は脚の鍛練方法及その装置に関するものである。従来脚の鍛練方法としては、脚壓式自転車、鉄下駄、バーベルを足で持ち上げる方法、ウォーキングマシン、その他体育館に設置された特殊な器具等があるが、これらはすべて高価な特殊な器具で場所を必要とし、一つの器具で一つの運動しか出来ず一つの器具で脚の運動すべてを行なう事は不可能であり、且つこれらはすべて自分の脚に圧力を加えて脚の筋肉を固くして耐久力をつけるのを目的としている為、現代スポーツ及武道

① 日本国特許庁

公開特許公報

①特開昭 51-36324

③公開日 昭51.(1976) 3.27

②特願昭 49-108606

②出願日 昭49.(1974) 9.19

審査請求 有 (全5頁)

庁内整理番号 6901 25

②日本分類 120 9181

⑤ Int.Cl<sup>1</sup> A63B 21/02

で一番大切な脚の鍛練力を鍛えようと云う面からすると、かえってマイナスの面が多く、知道、空手、ボクシング、テニス、陸上競技、その他鍛練力を必要とするスポーツでは、これらの器具は余り使用せず、縄飛びや縫い針等が唯一の鍛練方法である為、脚が痛くならず脚の筋肉が鍛えられ、且つ一つの器具で脚の運動すべてが行なえる器具の開発が望まれていた。

本発明はこうした使用者の強い要望に応える為に発明されたものである。その方法及装置を説明すると

弾性部材(1)の両辺に脚部に装着する装置(2)を設けた脚部鍛練装置

本発明を使用する場合両脚に脚部鍛練装置を取付け、第1図(1)(a)の様に寝転んで脚の屈伸開閉を行う、(1)(b)の様に立って脚の屈伸及後ろへの持ち上げ、その他うつぶせになった脚の開閉、椅子に座った脚の屈伸、開閉、立って前後左右への持ち上げ等種々の運動を行う事によって腹筋、固有背筋、大背筋、大腰筋、大腿四頭筋、前脛骨筋、大腿二頭

筋、中腰横筋、半腰横筋、膝屈筋、ヒラメ筋、下腿三頭筋等脚の筋肉すべてを鍛える事が出来、又本装置を床や大腿部に設置する事により従来のない突った鍛錬も出来る。

本発明はこの様に鍛錬方法を発明した事により一つの器具で脚の筋肉すべてを鍛え且つ脚に重力を加える事がないので女子の美容体操、一般人の若弱体力、運動選手の筋力及脚筋力の鍛錬を行う事が出来ると共に従来の器具の様に場所を必要としないので体育館、道場、机に座っている時、ベッドの上等、何時でも何所でも、誰でも使用できる。

本発明は機械万能の世の中で身体鍛錬器もすべて機械化の方向に逸んでいて盲点となっていた原始的な鍛錬方法を発明する事により装置は至極簡単乍ら、人間は足から年をとり足から退化すると云われている現代人にとってはその効果は計り知れないものがあり今後の脚鍛錬方法に著しく功績するものであります。

尚実施例としては弾性部材の両辺に脚部装着装置

特開 昭51-36324(2)  
を設けその左右にも弾性部材を設ける事により脚部と同時に腰及上半身も鍛錬する事が出来る。

#### 4. 図面の簡単な説明

第一図は本発明の使用方法的略図

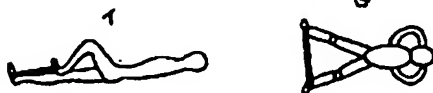
第二図は本発明の側視図

(1)は弾性部材 (2)は脚部装着装置

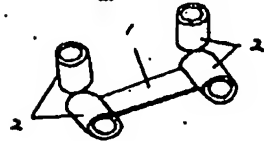
特許出願人 安久井 省

図 面

第 1 図



第 2 図



手続補正書(方式)

昭和49年12月16日

特許庁長官 殿

#### 1. 事件の表示

昭和49年特許願第108606号

#### 2. 考案の名称

脚部鍛錬方法及その装置

#### 3. 補正をする否

事件との関係 特許出願人

住 所 京都府舞鶴市内58

氏 名 安久井 省

#### 4. 補正命令の日付

昭和49年11月9日

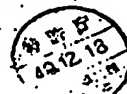
(発送日 昭和49年11月26日)

#### 5. 補正の対象

明 細 書

#### 6. 補正の内容

タイプ印書による修正(内容に変更なし)



明 細 書

自筆手続補正書

昭和50年10月3日

特許庁長官 審判 高 雄 殿

1. 事件の表示

昭和49年 特許願 第108600号

2. 発明の名称 脚部緩減用具

3. 補正をする者

事件との関係 出願人

住所

氏名 安久井 亨

4. 代理人 豊 島 弘

住所 大阪府東区南久太郎町1丁目84番地南久太郎ビル

電話 大阪(06)271-7908番

氏名 (7433) 弁護士 藤 本 昇

5. 補正命令の日付

6. 補正により増加する発明の数

7. 補正の対象

願書の発明の名称の欄、明細書及び図解

8. 補正の内容

- (1) 願書の発明の名称「脚部緩減方法及その装置」を「脚部緩減用具」と補正する。  
 (2) 明細書全文を所定の通り補正する。  
 (3) 図面全体を所定の通り補正する。

分の脚に重力を加えて脚の筋肉を順次で耐久力をつけることを目的としている。

従つて近代スポーツ及び武道で一番大切な脚の筋力を鍛えるという面では、かえつてマイナスの面が多く、剣道、空手、ボクシング、テニス、加上競技その他筋力を必要とするスポーツでは、これらの用具は余り使用せず飛躍びや蹴り等が唯一の鍛練方法であるため、脚が重くならず脚の筋肉が鍛えられ且つ一つの用具で脚の運動すべてを行なえる用具が希望されていたものである。

この発明はこのように見て考えられたもので、以下その構成を図面に示した一実施例に従つて説明する。

(1)(1)は足を挿入して足背に緩減する円筒状の脚部緩減用具ボディ(1)(1)とこの脚部緩減用具ボディ(1)(1)の後方に一体成形し、脚に緩減する平面U字状のU字体(1)(1)からなる2個の対なる脚部緩減用具、ゴムその他の弾性部材からなる。

(1)(1)はこの脚部緩減用具(1)(1)のボディ(1)(1)の内側壁に突出して一体成形した取付け部で、内側部に補

1. 発明の名称

脚部緩減用具

2. 特許請求の範囲

ゴムその他の弾性部材の良好なる弾性部材からなる脚部連結帯(1)の両端を、2個の対なる脚部緩減用具(1)(1)の内側壁の取付け部に着脱自在に取り付けてなることを特徴とする脚部緩減用具。

3. 発明の詳細な説明

この発明は脚部緩減用具に関するものでその目的とするところは、極めて簡単な手段で充分なる脚部の緩減を可能とした安価にして簡単な構造の脚部緩減用具を提供するにある。

従来脚部緩減用具としては、握握式自転車、鉄下駄、ウォーキングマシン、その他体育館に設置された特殊な用具があるが、これらはすべて高価で、場所を必要とし且つ一つの用具で一つの運動しかできず、一つの用具で脚の運動すべてを行なうことは不可能であり、しかもこれらはすべて自

彼の補強管(1)(1)を装着して来る。(1)は前記脚部緩減用具(1)(1)と同様ゴム等弾性部材からなる弾性率の大なる脚部連結帯で、両端には棒コ字状の金属金具(1)(1)を取り付け且つこの金属金具(1)(1)をピン(1)(1)を介して前記取付け部(1)(1)に着脱自在に取り付けてなる。(1)は前記構成からなる脚部緩減用具を示す。

この構成は以上の構成からなるため次にその使用例を図3図に従つて説明する。

まず同図のように脚部連結帯(1)を脚部緩減用具(1)(1)の取付け部(1)(1)に取り付けた後、円筒状の緩減用具ボディ(1)(1)の挿入口(1)(1)より足を挿入して足背まで位置するよう緩減すると、U字体(1)(1)は脚に定着して脚部緩減用具(1)(1)は足に密着する。

次にこの状態で寝転んで両脚を交互に屈伸、開脚あるいは立つて脚部の屈伸、開脚、蹴上げ、ランニング、その他、椅子に坐つての屈伸、開脚等種々の運動を行なうことによつて、膝、股筋、ひらめ筋、大腸四頭筋、前脛骨筋、大腸二頭筋等脚の筋肉すべてを鍛えることができるものである。

しかもこの装置によつて脚部連結帯(1)は自由方向に伸びるが、両端は脚部装着具ボディ(3)(3')の取付け部(4)(4')にピン(11)を介して取り付けてあるため、その引張り力によつて連結帯(1)が外れたりすることは一切ない。しかも取付け部(4)(4')には通強管(12)を内装してあるため、取付け部(4)(4')に引き回しや亀裂あるいは引伸び等が生じることはない。

第4図は他の実施例で脚部装着具(11)(11')の形状を靴形に形成してあるもので屋外での使用を可能としたものである。その他脚部装着具(11)(11')の形状は前記実施例に限定されるものではない。また取付け部に脚部連結帯の両端を着脱自在に取り付ける手段は、この実施例に限らず従来公知の手段でよい。尚この実施例においては、脚部連結帯の両端を脚部装着具の内側に着脱自在に取り付けてあるが、この他、脚部装着具の外側にも夫々帯体を取り付けることによつて脚部と同時に脚の鍛錬をすることも可能となる。

以上のようにこの発明は、脚部連結帯を脚部装

特開 昭51-36324 特

着具に着脱自在に取り付けてあるものであるため、屈伸、踏脚、蹴上げ等によつて脚部連結帯が伸びその引張り力が連結帯の両端に加わつても、両端はピン等を介して脚部装着具ボディの取付け部に確實なる手段で取り付けてあるため外れたりするおそれ一切なく、よつて自由なる方向に連結帯を引張ることができ、従来にはない方向の引張りも可能とし脚部の鍛錬を行なうことができる大なる効果を有する。

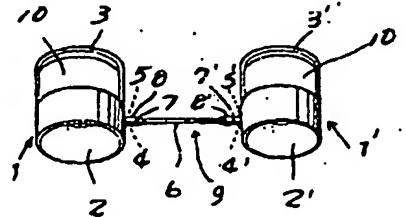
さらに一つの用具で脚部の筋肉すべてを鍛え且つ脚部に流力を加えることなく行なうことができるため、比較的力の弱い女子や児童の体操、一般人の基礎体力、運動選手の筋力及び脚筋力の鍛錬を行なうことができるとともに従来の用具のように場所を必要としないため、屋内外を問わず如何なる場所においても使用できる大なる効果を有する。その他脚部装着具をゴム等の弾性部材にて成形してあるため、人体を対象とした鍛錬用具として極めて安全且つ安価に提供できる等その有用の効果は大なるものがある。

#### 4. 図面の簡単な説明

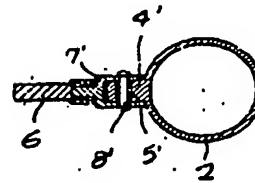
第1図は、この発明に係る脚部鍛錬用具斜視図。第2図は、同要部断面図。第3図は、使用状態を示す斜視図。第4図は、他実施例を示す斜視図。  
(11)、(11') --- 脚部装着具 (1) --- 脚部連結帯

代理人弁理士 藤 本 昇

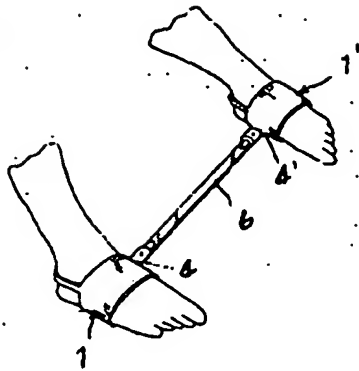
第1図



第2図



第3図



第4図

